

**PELATIHAN *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SMK**

SKRIPSI



Oleh :

**Arma Abdullah
201310230311250**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2017

**PELATIHAN *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SMK**

**PELATIHAN *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SMK**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang
Sebagai salah satu persyaratan untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi**

**Oleh:
Arma Abdullah
201310230311250**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2017**

LEMBAR PENGESAHAN

1. Judul Skripsi : Pelatihan *Self Regulated Learning* Untuk
Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SMK
2. Nama Peneliti : Arma Abdullah
3. NIM : 201310230311250
4. Fakultas : Psikologi
5. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
6. Waktu Penelitian : 15 Agustus – 18 September 2017

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal 27 Oktober 2017

Dewan Penguji

7. Ketua Penguji : Dra. Tri Dayakisni, M.Si. ()
8. Anggota Penguji : 1. Putri Saraswati, M.Psi. ()
2. Ni'matuzahro, S.Psi., M.Si. ()
3. Tri Muji Ingarianti, S.Psi., M.Psi ()

Pembimbing I

Pembimbing II

Dra. Tri Dayakisni, M.Si.

Putri Saraswati, M.Psi.

Malang,

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

M. Salis Yuniardi, M.Psi. Ph.D.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Arma Abdullah
NIM : 201310230311250
Fakultas/ Jurusan : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/ karya tulis ilmiah ini yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku KerjaKontraproduktif Pada Aparatur Sipil Negara Kota Batu”:

1. Adalah bukan karya oranglain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan hak bebas royalti non-eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapatkan sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Mengetahui,
Wakil Dekan 1

Malang, 27 Oktober 2017
Yang Menyatakan

Ni'matuzahro, S.Psi, M.Si.

Arma Abdullah

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelatihan *Self Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SMK”, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang. Dalam proses pelaksanaan dan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan motivasi serta bantuan yang sangat bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Muhammad Salis Yuniardi, S.Psi., M.Psi., Phd, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Dra. Tri Dayakisni, M.Si selaku pembimbing I dan Putri Saraswati, M.Psi selaku pembimbing II yang telah sabar dalam membimbing, memotivasi dan meluangkan waktunya untuk memberikan arahan serta bimbingan yang sangat bermanfaat, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebaik mungkin.
3. Siti Maimunah, S.Psi., M.M., M.A selaku dosen wali yang telah banyak memberikan pengarahan dan motivasi sejak pertama menjadi mahasiswa hingga terselesaikannya skripsi ini.
4. Kepala SMK N 2 Tuban yang telah memberikan izin dan fasilitas bagi penulis untuk melakukan penelitian ini.
5. Bapak ibu guru SMK N 2 Tuban yang telah membantu selama proses penelitian berlangsung.
6. Siswa SMK N 2 Tuban yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.
7. Siswa Pecinta Alam “MIZU” SMK N 1 Tuban yang telah bersedia berpartisipasi dalam try out penelitian ini.
8. Bapak ibu dosen fakultas psikologi yang telah memberikan banyak pengalaman dan ilmu selama menjadi mahasiswa psikologi hingga terselesaikannya skripsi ini.
9. Teman-teman angkatan 2013 khususnya Psikologi D dan kelas Aplikai Pendidikan yang selalu memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman KSR-PMI UMM terkhusus angkatan 27 yang telah memberikan banyak pengalaman sehingga memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis sadar bahwa dalam proses penelitian dan pembuatan skripsi ini memiliki banyak kekurangan, sehingga kritik dan saran yang bersifat membangun dan untuk perbaikan sangat diharapkan oleh penulis. Meski demikian, penulis

berharap skripsi / karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Malang, 27 Oktober 2017

Penulis,

Arma Abdullah



DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
PENDAHULUAN	2
LANDASAN TEORI.....	7
Kecerdasan emosional	7
Komponen kecerdasan emosional.....	7
Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional	8
Pelatihan	8
Tujuan pelatihan	9
Tahap penyusunan program pelatihan.....	9
<i>Self Regulated Learning</i>	9
<i>Strategi Self Regulated Learning</i>	10
Pelatihan <i>self regulated learning</i> untuk meningkatkan kecerdasan emosional.....	10
Hipotesa	14
METODE PENELITIAN	14
Rancangan Penelitian.....	14
Subjek Penelitian.....	14
Variable dan Instrumen Penelitian	14
Prosedur dan Analisa data	16
HASIL PENELITIAN	17
DISKUSI.....	19
SIMPULAN DAN IMPLIKASI.....	21
DAFTAR PUSTAKA	23
LAMPIRAN	25

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Rancangan Penelitian.....	14
Tabel 2.	Indeks Validitas dan Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional..	15
Tabel 3.	Statistik Pretest dan Posttest.....	17
Tabel 4.	Nilai Klasifikasi Kecerdasan Emosional.....	17
Tabel 5.	Uji Normalitas Data.....	18
Tabel 6.	Uji Linieritas Data.....	18
Tabel 7.	Hasil <i>Paired Sample T-Test</i>	19
Tabel 8.	Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosional.....	34
Tabel 9.	Data Validitas Item.....	34
Tabel 10.	<i>Blue Print</i> Skala Kecerdasan Emosional Setelah <i>Try Out</i>	35
Tabel 11.	Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional.....	35
Tabel 12.	Data Pretest.....	37
Tabel 13.	Data Posttest.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Kecerdasan Emosional Sebelum <i>Try Out</i>	26
Lampiran 2. Skala Kecerdasan Emosional Setelah <i>Try Out</i>	30
Lampiran 3. Validitas Dan Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional.....	34
Lampiran 4. Data Kasar Skala Kecerdasan Emosional.....	36
Lampiran 5. Surat Penelitian.....	40



PELATIHAN *SELF- REGULATED LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SMK

Arma Abdullah

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

armapsi13@gmail.com

Kecerdasan emosional berperan penting untuk siswa, karena siswa harus mampu mengenali dan mengelola emosi dirinya dan orang lain supaya memiliki perilaku yang efektif. Untuk mengontrol dan mengenali emosi supaya memiliki perilaku yang efektif, siswa harus memiliki *self regulated learning* yang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan *self regulated learning* terhadap kecerdasan emosional siswa SMK. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen, dengan desain penelitian *quasi-experimental design* dan menggunakan model *one group pretest-posttest design*. Jumlah subjek yang digunakan adalah 30 subjek siswa SMK Negeri 2 Tuban dengan menggunakan *quota sampling* dalam pengambilan sampelnya. Penelitian ini menggunakan modul pelatihan *SRL* dan skala kecerdasan emosional. Analisa data menggunakan *paired sample t test*. Hasil penelitian ini menunjukkan pelatihan *SRL* memiliki pengaruh positif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) dan nilai *mean* pretest = 87,43 dan posttest = 91,60.

Kata kunci : pelatihan *self regulated learning*, kecerdasan emosional

Emotional intelligence plays an important role for students, because students must be able to recognize and control their emotions and others in order to have effective behavior. To control and recognize emotions in order to have effective behavior, students must have a good self-regulated learning. The purpose of this study is to knowing influence of self regulated learning training on the emotional intelligence of vocational students. This research is a quantitative experimental research, with quasi-experimental design research and using one group pretest-posttest design model. The number of subjects used was 30 students of SMK Negeri 2 Tuban by using random sampling in sampling. This research uses the SRL training module and the emotional intelligence scale. Data analysis using paired sample t test. The results of this study showed that the training of SRL has a positive effect to improve students' emotional intelligence with $p = 0,000$ ($p < 0,05$) and mean pretest = 87,43 and posttest = 91,60.

Key word : self regulated learning training, emotional intelligence

Meningkatkan kecerdasan emosional menjadi peran yang cukup penting untuk dimiliki karena kecerdasan emosional merupakan kemampuan mengenali perasaan diri sendiri maupun orang lain. Tidak hanya itu, kecerdasan emosional menjadi tolak ukur untuk melakukan pengendalian diri sehingga mampu menimbulkan motivasi diri sendiri dan mencari alternatif solusi ketika berada dalam kondisi frustrasi ataupun stres.

Pengendalian emosional dalam surat *Al Hadid* ayat 23 mengatakan:

لِكَلَّا تَأْسُوا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ۚ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ

“Kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikanNya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri.”

Dengan demikian, pengendalian emosi menjadi peran yang cukup penting. Kecerdasan emosional akan mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dalam kehidupannya. Dalam proses belajar, seorang siswa akan sangat dipengaruhi oleh emosionalnya. Jika siswa mampu mengendalikan emosi dirinya dengan baik, maka siswa tersebut tidak akan terganggu dengan lingkungan sekitarnya, sehingga dia mampu berkonsentrasi dalam proses belajar. Jika siswa kurang mampu mengendalikan emosinya, maka siswa akan kesulitan melakukan konsentrasi dalam belajar, hal ini disebabkan karena siswa terganggu dengan lingkungan sekitarnya.

Kecerdasan emosional juga sangat penting dalam kehidupan karena untuk mencapai kesuksesan tidak hanya butuh kecerdasan intelektual akan tetapi juga sangat butuh kecerdasan emosional. Goleman. 2000(dalam Atika, 2015) menyebutkan bahwa kecerdasan emosional jauh lebih berperan dalam kesuksesan hidup dari pada kecerdasan intelektual.

Goleman juga memperlihatkan bahwa kecerdasan intelektual hanya memberikan kontribusi sebesar 20% terhadap kesuksesan hidup seseorang. Oleh karena itu, kesuksesan hidup seseorang sebenarnya lebih banyak ditentukan aspek lain seperti kecerdasan emosional, kecerdasan sosial, dan kecerdasan spiritual. Orang yang memiliki kecerdasan emosi tinggi akan berupaya menciptakan keseimbangan dalam dirinya, mengusahakan kebahagiaan dari dalam dirinya sendiri dan dapat mengubah sesuatu yang buruk menjadi lebih baik.

Fakta menunjukkan jika sekolah di Indonesia masih menggunakan standar nilai kelulusan atau keberhasilan siswa dengan nilai ujian akademik. Hal ini menunjukkan jika penilaian terhadap siswa sangat dititikberatkan terhadap potensi akademik, kompetensi lain seperti kreativitas, kecerdasan emosional ataupun kemampuan imajinasi kurang diperhatikan.

Penggunaan standar nilai akademik menjadi syarat kelulusan, membuat banyak kasus tentang kecurangan dalam pelaksanaan ujian nasional. Dalam berita online yang ditulis Priliawito di viva.co.id pada senin 3 april 2017 mengatakan. Lembaga Negara Pengawas Pelayanan Publik, Ombudsman RI, menemukan 10 kecurangan

dalam pelaksanaan ujian nasional. Selain itu, ombudsman juga menemukan jika terdapat siswa yang mendapat bocoran dari gurunya, justru merasa bangga. Hal ini menunjukkan jika terjadi ketakutan dari guru ataupun siswa, seandainya siswa mendapatkan nilai akademik kurang dari minimal maka akan berdampak pada ketidaklulusan siswa. Kecerdasan emosional yang rendah juga menjadikan siswa menjadi kurang percaya diri serta tidak yakin dengan kemampuan kompetensi yang dimilikinya.

Penguasaan kompetensi tidak hanya mengarah pada kecerdasan akademik saja tetapi juga kecerdasan emosional. Contoh peristiwa yang merupakan hasil penelitian, yaitu seseorang yang secara teoritis cukup cerdas untuk menjadi CEO (Chief Executif Officer) sebuah perusahaan atau setaraf dengan memimpin sebuah negara ternyata harus meninggalkan pekerjaan sebelumnya. Setelah diteliti ternyata orang tersebut gagal menghadapi karyawan perusahaan. Goleman (dalam Atika, 2015). Hal ini membuktikan bahwa orang yang cerdas secara teoritis belum tentu cerdas dalam hal mengelola emosi.

Gardner (dalam Atika, 2015) mengungkapkan kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memahami perasaan, tabiat dan hasrat orang lain. Kemampuan untuk berhubungan baik dengan orang lain merupakan faktor pendukung untuk menciptakan suasana yang harmonis, sikap empati, penuh perhatian, kemampuan untuk mendengarkan orang lain. Hal tersebut sangat dibutuhkan untuk menjaga hubungan yang baik dengan orang lain. Selanjutnya kecerdasan emosional antar pribadi dibangun atas kemampuan inti untuk mengenali perbedaan, secara khusus perbedaan besar dalam suasana hati, temperamen, motivasi dan kehendak. Oleh karena itu, siswa yang mampu mengendalikan emosional akan mampu memahami emosi teman-temannya. Dengan memahami emosi teman-temannya maka siswa akan mampu menciptakan suasana yang harmonis dan dapat berkonsentrasi belajar dengan baik.

Sementara itu, kebutuhan akan kecerdasan emosional diperlukan siswa dalam berinteraksi dengan individu lain, baik itu di lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat. Hubungan interpersonal yang terjadi di kalangan remaja banyak terjadi di sekolah karena masa remaja sebagian besar berada pada masa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Brown & Dietz, 2009 (dalam Santrock, 2012) teman sebaya memainkan peran penting dalam kehidupan remaja.

Siswa pada tahap perkembangan ini akan berusaha mencari identitasnya, sehingga siswa akan berusaha lebih memahami kondisi emosionalnya dan berusaha untuk dapat diterima oleh teman sebayanya. Bahkan siswa lebih sering bercerita terkait permasalahan pribadi kepada teman sebayanya daripada orang tua, karena mereka merasa nyaman secara emosional ketika berada dengan teman sebayanya. Masa pencarian identitas diri juga berdampak pada mood siswa, siswa mudah mengalami perubahan perasaan tanpa sebab pasti, yang berdampak pada turunnya motivasi siswa, sehingga peran siswa dalam menstabilkan dan memahami emosionalnya dapat berdampak positif pada motivasi yang ditimbulkannya.

Selain itu siswa yang memasuki tahap remaja akan lebih sering untuk berusaha mengambil keputusan, seperti pengambilan keputusan siapa saja teman yang dipilih. Pada tahap perkembangan remaja, siswa harus mampu mengembangkan

potensi berpikir kritis karena siswa akan dihadapkan pada pengetahuan yang lebih luas maupun penggunaan strategi atau prosedur secara lebih luas, seperti yang dikatakan Keating, 1990 (dalam Santrock, 2012) masa remaja adalah periode transisi yang penting di dalam perkembangan berpikir kritis.

Siswa SMK lebih dituntut untuk mampu mengendalikan emosionalnya. Karena mereka disiapkan untuk siap berada di lapangan pekerjaan. Dalam dunia kerja siswa akan dihadapkan dengan tekanan pekerjaan, berinteraksi dengan berbagai karyawan dan atasannya, serta berbagai stressor yang akan ditemukan dalam pekerjaan.

Dalam data yang di tulis oleh Faroh dalam radar pekalongan.com mengatakan, dari data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2011 dan 2015, dengan menggunakan Heckman Correction Model, didapatkan bahwa peluang untuk memperoleh pekerjaan, pada tahun 2011 lulusan SMK lebih berpeluang sebesar 12,73% dibanding lulusan SMA. Peluang ini bertambah besar pada tahun 2015 yakni 29,95%.

Kondisi ini terjadi karena Sekolah Menengah Kejuruan memiliki tujuan utama dalam mendidik siswanya yaitu mempersiapkan siswa untuk memasuki lapangan pekerjaan sesuai dengan kompetensi yang dimiliki siswa. Sehubungan dengan hal itu pelajaran yang didapatkan juga bersifat aplikatif dibanding mata pelajaran sekolah umum. Sehingga untuk siswa SMK wajib menempuh praktek kerja industri.

Berdasarkan hasil interview dengan salah satu guru BK SMK di Tuban yang berinisial E pada bulan Maret 2017 terkait kondisi siswa ketika melakukan praktek kerja industri yaitu mulai dari siswa yang kurang mampu berkomunikasi dengan karyawan ataupun atasan di tempat praktek kerja industri, kurang disiplin dalam melakukan pekerjaan maupun kehadiran dll. Siswa yang kurang mampu berkomunikasi secara baik dengan karyawan maupun atasan di tempat praktek kerja industri, menunjukkan jika siswa tersebut kurang mampu menjalin hubungan dengan orang lain. Siswa yang terlihat menganggur ketika sedang jam kerja padahal sudah terdapat pekerjaan yang diberikan, ketika ditanya guru, siswa hanya menjawab masih bisa dikerjakan nanti karena masih belum mendapatkan moodnya, hal ini menunjukkan jika siswa kurang memiliki motivasi dalam mengerjakan tugasnya.

Berdasarkan paparan diatas maka dibutuhkan treatment yang tepat supaya siswa mampu meningkatkan kecerdasan emosional yang dimiliki. Siswa dituntut untuk dapat memahami emosi dirinya maupun orang lain, supaya siswa dapat beradaptasi dimanapun mereka berada terutama ketika dalam lapangan pekerjaan. Salah satu treatment yang tepat untuk siswa yaitu pemberian pelatihan *self regulated learning*.

Self regulation yaitu kemampuan siswa untuk mengontrol dan mengarahkan pikiran, perasaan dan perilaku pada waktu, tempat atau objek yang tepat. Snowman, McCown, & Biehler, 2009 (dalam Sahrani, 2016). Siswa dengan *self regulation* baik akan cenderung lebih mampu memilih dan bertanggung jawab atas apa yang akan dilakukannya. Siswa mampu manajemen waktu belajar, memilih kegiatan yang dapat menunjang prestasi akademiknya. Oleh karena itu aktivitas yang dilakukannya akan bermanfaat untuk dirinya. Akan tetapi pada siswa dengan *self regulation* rendah cenderung kurang bertanggung jawab atas perilakunya dan

dikendalikan oleh lingkungan. Mereka sering menunda tugas yang diberikan, bahkan bergantung pada teman untuk menyelesaikan tugasnya. Manajemen waktu yang dibuat juga akan cenderung hanya untuk bermain-main yang dapat membuatnya bahagia, tanpa memperhatikan apakah yang dilakukannya dapat menunjang prestasi akademiknya. *Self regulation* yang digunakan siswa sendiri yaitu *self regulated learning*.

Self regulated learning dibutuhkan dalam hal akademik. Siswa dalam proses belajar atau mengerjakan tugas-tugas dari sekolah untuk melatih disiplin, menetapkan *goal* dan memonitor, sehingga termotivasi dalam menyelesaikan tugas. Santrock, 2011. Strategi *self regulated learning* dilakukan agar siswa mampu membuat perencanaan, menetapkan tujuan belajar yang ingin dicapai, karena dengan menetapkan tujuan belajar, siswa dapat belajar untuk memonitor dan mengevaluasi performanya.

Siswa dengan *self regulated learning* yang baik akan berusaha untuk mengontrol dan mengarahkan perasaan emosional serta perilakunya kearah yang lebih efektif. Siswa akan berusaha mengendalikan emosionalnya untuk membuat sebuah tujuan yang ingin dicapai. Dengan terbentuknya tujuan yang ingin dicapai, maka siswa akan meningkatkan motivasi dalam dirinya sehingga siswa lebih bersemangat dalam usahanya.

Selain itu siswa yang mampu membuat perencanaan dalam dirinya, mengendalikan motivasi dalam dirinya serta menetapkan tujuan untuk mencapai kesuksesan maka mereka pasti akan meraih kesuksesannya. Seperti pada berita bojonegoro.com yang ditulis oleh Heriyanto 5 Maret 2017, mengatakan terdapat 10 siswa yang berprestasi dan mendapatkan hadiah dari Kemensos. Prestasi yang diukir siswa ini, mulai dari bidang akademis, ilmiah, seni hingga olahraga. Hal ini menunjukkan jika siswa mampu mengontrol dan mengarahkan pikiran serta aktivitas mereka, maka siswa akan mampu meraih prestasi, baik prestasi akademik maupun non akademik. Oleh karena itu siswa penting untuk memiliki *self regulated learning* yang baik.

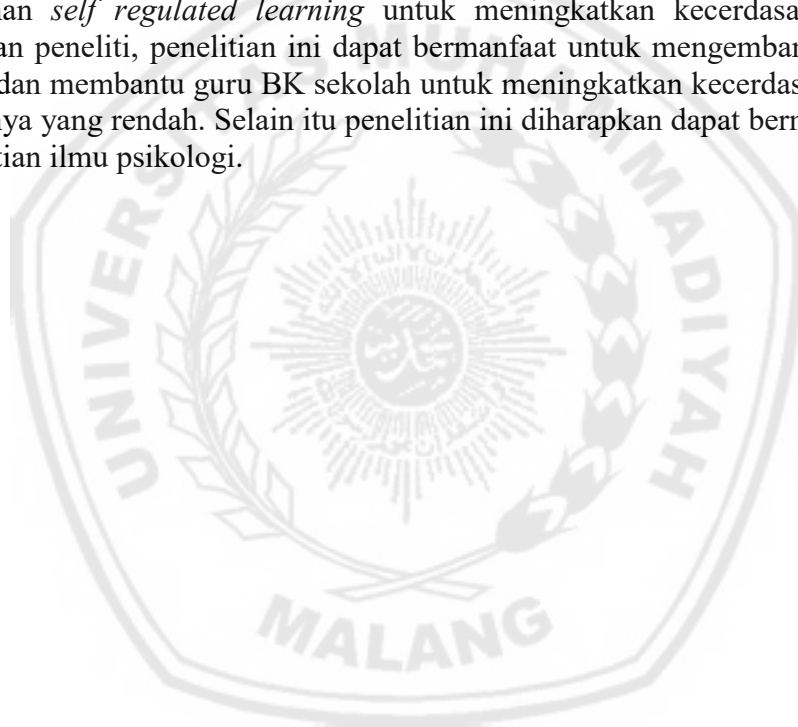
Pemberian pelatihan *self regulated learning* pada siswa akan membuat siswa belajar bagaimana mengelola emosional mereka dengan baik supaya mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, yang akan membuat siswa mampu merencanakan kesuksesan mereka sendiri. Dalam beradaptasi dengan lingkungan baru dibutuhkan kontrol emosional yang baik, seperti ketika dalam lingkungan kerja maka siswa harus memahami dan mengendalikan emosionalnya sehingga ketika sedang menemukan *problem maker*, siswa tersebut masih dapat berinteraksi baik dengan orang lain serta menghadapi permasalahan dengan baik.

Siswa dilatih untuk belajar membuat *goal* dalam perilakunya dengan harapan siswa meningkatkan motivasi dalam dirinya supaya dapat mengarahkan perilakunya untuk mencapai *goal* yang telah dibuat. Selain itu pada masa perkembangan ini siswa yang diberikan pelatihan cara memecahkan masalah, berpikir kritis maupun kreatif akan membuat siswa siap menghadapi berbagai kendala dalam mencapai *goal* yang telah dibuat, terutama kendala yang menjadi stressor siswa sehingga emosionalnya menjadi tidak stabil yang akan berdampak pada perilakunya.

Siswa diharapkan setelah diberikan pelatihan *self regulated learning* akan mampu memaksimalkan kecerdasan emosionalnya untuk meraih prestasi yang maksimal dan siap menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti berupaya meningkatkan kecerdasan emosional siswa SMK melalui pelatihan *self regulated learning*. Hal ini sesuai dengan penelitian Kapadia (2013), mengemukakan jika terdapat hubungan positif yang kuat antara nilai *self regulated learning* dengan nilai kecerdasan emosional. Selain itu dalam penelitian Widiyaningsih (2014) menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan kecerdasan emosional antara kelompok siswa yang dibelajarkan dengan model *self regulated learning* dan kelompok siswa yang dibelajarkan dengan pembelajaran langsung.

Dari paparan diatas maka rumusan masalah yang diangkat oleh peneliti yakni apakah ada pengaruh positif pelatihan *self regulated learning* terhadap kecerdasan emosional siswa SMK?. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *self regulated learning* untuk meningkatkan kecerdasan emosional. Harapan peneliti, penelitian ini dapat bermanfaat untuk mengembangkan potensi siswa dan membantu guru BK sekolah untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswanya yang rendah. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk penelitian ilmu psikologi.



Kecerdasan emosional

Menurut Shapiro (dalam Drastiana, 2016) kecerdasan emosi merupakan kemampuan memantau diri sendiri atau orang lain yang melibatkan mengendalikan diri, semangat serta kemampuan untuk membedakan dan menanggapi dengan tepat suasana hati, tempramen, motivasi, dan hasrat orang lain. Salovey dan Mayer (dalam Drastiana, 2016) mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.

Menurut Goleman (dalam Putri, 2013) pengembangan kecerdasan emosional, orang-orang sukses selain memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi tetapi juga memiliki stabilitas emosi, motivasi kerja yang tinggi, mampu mengendalikan stress, tidak mudah putus asa, dan lain-lain. Oleh karena itu kecerdasan emosional memiliki peranan penting untuk menunjang kesuksesan seseorang. Untuk dapat mencapai kesuksesan seseorang akan mencari pengalaman terlebih dahulu dalam lingkungan sekolah. Sekolah akan mengajarkan pelajaran akademik maupun non akademik. Sehingga siswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi akan mampu belajar dengan maksimal di lingkungan sekolah serta mampu mendapatkan prestasi di sekolah secara akademik maupun non akademik.

Dari pendapat para ahli diatas dapat ditarik kesimpulan jika kecerdasan emosi yaitu kemampuan untuk mengenali dan mengendalikan emosi pada diri sendiri maupun orang lain. Kecerdasan emosi ini sangat penting untuk dapat menunjang kesuksesan dimasa depan.

Komponen kecerdasan emosional

Lima dimensi atau komponen kecerdasan emosional (*EQ*) menurut Goleman (dalam Putri, 2013) yaitu:

1. Mengenali emosi
Mengenali emosi diri yaitu mengetahui apa yang dirasakan seseorang pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat. Semakin tinggi kesadaran diri, semakin pandai dalam menangani perilaku negatif diri sendiri.
2. Mengelola emosi
Menjaga emosi sangat diperlukan untuk menjaga kesejahteraan emosi. Emosi yang berlebihan dan meningkat dengan drastis dapat mengganggu dan berakibat negatif terhadap kestabilan emosional seseorang. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tidak akan dengan mudah larut kedalam perasaan. Ketika kebahagiaan datang, mereka tidak akan mengungkapkan dengan berlebihan, begitu juga kesedihan datang, mereka dapat meredam dan tidak ikut larut dalam kesedihan tersebut.
3. Motivasi diri
Kemampuan dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta

mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasisme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

4. Mengenal emosi orang lain
Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Kemampuan mengenali emosi orang lain (empati) yaitu merasakan yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang
5. Membina hubungan
Dalam rangka membangun hubungan sosial yang harmonis, maka harus memperhatikan identitas diri dan kemampuan berkomunikasi. Jadi, keterampilan sosial merupakan seni berkomunikasi dengan orang lain.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional

Menurut Goleman terdapat 2 (dua) faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional yaitu :

1. Faktor Internal
Faktor internal yaitu yang timbul dalam diri seseorang sehingga mempengaruhi kecerdasan emosionalnya. Dalam faktor internal juga terbagi menjadi 2 sumber yaitu segi jasmani dan segi psikologis. Segi jasmani meliputi faktor fisik dan kesehatan seseorang. Segi psikologis meliputi pengalaman, perasaan, kemampuan berpikir, dan motivasi.
2. Faktor Eksternal
Faktor eksternal yaitu stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosional berlangsung. Faktor eksternal meliputi 1) stimulus itu sendiri 2) Lingkungan atau situasi yang khususnya melatar belakangi proses kecerdasan emosional.

Dalam penelitian Kapadia (2013), mengemukakan jika terdapat hubungan positif yang kuat antara nilai *self regulated learning* dengan nilai kecerdasan emosional. Selain itu dalam penelitian Widiyaningsih (2014) menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan kecerdasan emosional antara kelompok siswa yang dibelajarkan dengan model *self regulated learning* dan kelompok siswa yang dibelajarkan dengan pembelajaran langsung

Self regulated learning termasuk dalam kategori faktor internal dimana individu akan belajar memaksimalkan kemampuan kognitifnya serta meningkatkan motivasi dalam diri individu.

Pelatihan

Noe 2010 (dalam Humaira 2012) mengatakan pelatihan yaitu suatu usaha terencana untuk memfasilitasi pembelajaran dalam hal kompetensi. Kompetensi tersebut dapat berupa pengetahuan, keterampilan, atau tingkah laku. Sedangkan menurut Sikula 1976 (dalam Humaira 2012) pelatihan yaitu proses pendidikan jangka pendek yang menggunakan prosedur sistematis dan terorganisir, sehingga dapat mempelajari pengetahuan dan keterampilan tertentu. Berdasarkan pengertian tersebut maka pelatihan yaitu usaha terencana dan terstruktur yang membantu dalam mendapatkan pengetahuan dan keterampilan tertentu.

Tujuan pelatihan

Tujuan dari pelatihan yaitu supaya individu dapat menguasai ataupun memperoleh pengetahuan, keterampilan dan tingkah laku serta dapat dilaksanakan dalam kehidupannya. Menurut Sirkula (dalam Humaira 2012) menjelaskan tujuan pelatihan dan pengembangan yaitu sebagai berikut :

- a. Meningkatkan produktivitas.
- b. Meningkatkan mutu.
- c. Meningkatkan ketepatan dalam perencanaan sumber daya manusia.
- d. Meningkatkan semangat individu.
- e. Menarik dan menahan individu yang berpotensi baik.
- f. Menunjang pertumbuhan pribadi.

Tahap penyusunan program pelatihan

Menurut Riggio 2009 (dalam Humaira 2012) sebuah program pelatihan harus terstruktur supaya berjalan dengan efektif. Adapun tahapannya sebagai berikut :

- a. Menilai kebutuhan pelatihan
- b. Menetapkan tujuan pelatihan
- c. Mengembangkan dan menguji materi pelatihan
- d. Implementasi program pelatihan
- e. Evaluasi program pelatihan

Self Regulated Learning

Bandura (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai suatu keadaan dimana individu yang belajar sebagai pengendali aktivitas belajarnya sendiri, memonitor motivasi dan tujuan akademik, mengelola sumber daya manusia dan benda, serta menjadi perilaku dalam proses pengambilan keputusan dan pelaksana dalam proses belajar. Lebih lanjut Zimmerman (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai kemampuan pembelajar untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, secara motivasional dan secara behavioral. Secara metakognitif, individu yang meregulasi diri merencanakan, mengorganisasi, mengintruksi diri, memonitor dan mengevaluasi dirinya dalam proses belajar. Secara motivasional, individu yang belajar merasa bahwa dirinya kompeten, memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) dan memiliki kemandirian. Sedangkan secara behavioral, individu yang belajar menyeleksi, menyusun, dan menata lingkungan agar lebih optimal dalam belajar.

Schunk & Zimmerman (dalam Sahrani, 2016) menyatakan siswa dengan *self-regulated learning* yang baik memiliki metakognisi, motivasi dan perilaku aktif dalam proses belajarnya. *Self-regulated learning* merupakan kemampuan individu untuk mengontrol perilaku yang terkait dengan kognisi, afeksi, dan perilaku, dalam mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Berdasarkan definisi diatas *self regulated learning* yaitu kegiatan individu untuk belajar mengendalikan aktivitasnya, seperti mengendalikan motivasi dan membuat tujuan akademik. Dimana proses belajar yang akan dilalui individu yaitu secara metakognitif, motivasional maupun behavioral. Hal ini menjadi sangat dibutuhkan siswa agar mampu membuat dan mencapai tujuan mereka.

Strategi *Self Regulated Learning*

Menurut Pintrich (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) strategi pengaturan diri dalam belajar secara umum meliputi tiga macam strategi, yaitu strategi regulasi kognitif, strategi regulasi motivasional, dan strategi regulasi *behavioral* akademik. 3 strategi ini yaitu strategi regulasi ketika individu dalam proses belajar.

Strategi regulasi kognitif, merupakan strategi yang berhubungan dengan pemrosesan informasi yang berkaitan dengan berbagai jenis kegiatan kognitif dan metakognitif yang digunakan individu untuk menyesuaikan dan merubah kognisinya, mulai dari strategi memori yang paling sederhana, hingga strategi yang lebih rumit. Strategi metakognitif meliputi; *Problem solving*, *Decision making*, *Critical thinking*, *Creative thinking*. Strategi kognitif meliputi; *Chunking*, *Spatial*, *Bridging*, dan *Multipurpose*.

Strategi regulasi motivasional, merupakan strategi yang digunakan individu untuk mengatasi stres dan emosi, yang dapat membangkitkan usaha mengatasi kegagalan dan untuk meraih kesuksesan dalam belajar menurut Cobb (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013). Secara umum strategi regulasi motivasional mencakup; pemikiran-pemikiran, tindakan atau perilaku yang dilakukan individu untuk mempengaruhi pilihan, usaha dan ketekunannya terhadap berbagai tugas akademis.

Menurut Pintrich (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) strategi regulasi *behavioral*, merupakan aspek regulasi diri yang melibatkan usaha individu untuk mengontrol tindakan dan perilakunya sendiri. Strategi regulasi *behavioral* yang dapat dilakukan oleh individu dalam belajar meliputi; mengatur usaha (*effort regulation*), mengatur waktu dan lingkungan belajar (*regulating time and study environmet*) serta mencari bantuan (*help-seeking*).

Pelatihan *self regulated learning* untuk meningkatkan kecerdasan emosional

Siswa yang mampu mengendalikan emosionalnya, selain mampu memahami kondisi diri sendiri tapi juga mampu memahami kondisi emosional orang disekitarnya. Memahami kondisi emosional orang lain, akan mempermudah siswa untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya, terutama pada lingkungan yang baru mereka temukan. Sebaliknya, siswa yang kurang mampu mengendalikan emosionalnya, maka mereka akan cenderung kehilangan semangat untuk dapat meraih kesuksesan. Mereka tidak mampu menyelesaikan tugas yang ada dengan baik, sehingga semangat belajar mereka juga menurun.

Kecerdasan emosional siswa menjadi hal yang penting untuk dimiliki siswa, siswa yang memiliki kecerdasan emosi rendah maupun sedang harus mampu untuk ditingkatkan dan siswa yang sudah memiliki kecerdasan emosi yang baik harus selalu berusaha untuk mengembangkan kecerdasan emosi yang dimilikinya. Untuk mendapatkan data tentang kondisi kecerdasan emosional siswa, maka peneliti mengadopsi skala kecerdasan emosional dari drastiana (2016). Dari skala ini maka akan didapatkan data siswa yang memiliki kecerdasan emosionalnya sedang dan

rendah. Siswa yang berada pada kriteria tersebut, maka mereka akan diberikan pelatihan tentang *self regulated learning*.

Menurut Pintrich (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) strategi *self regulated learning* secara umum meliputi tiga macam strategi, yaitu strategi regulasi kognitif, strategi regulasi motivasional, dan strategi regulasi *behavioral* akademik. Siswa akan diajarkan ketiga strategi ini, supaya siswa mampu memahami serta mengendalikan emosionalnya.

Pada strategi kognitif siswa akan belajar tentang strategi metakognitif terlebih dahulu. Dalam hal ini siswa diajarkan tentang 4 hal yaitu : keterampilan pemecahan masalah, kemampuan pemecahan masalah, kemampuan berpikir kritis dan ketrampilan berpikir kreatif. Siswa harus mulai memahami tentang 4 hal tersebut, karena menurut Preisseisen 1985 (dalam Rumate, 2005) mengatakan jika strategi metakognitif yang melandasi ketrampilan strategi kognitif siswa dalam mengatur dan mengontrol proses berpikir. Setiap siswa memiliki strategi kognitif yang berbeda-beda, akan tetapi tidak semua siswa sudah memahami startegi apa yang sesuai dengan dirinya. West, Farmer dan Wolff, 1991 (dalam Rumate, 2005) menjelaskan tentang adanya 4 keluarga besar strategi kognitif yaitu *Chunking*, *Spatial*, *Bridging*, dan *Multipurpose*.

Chunking , merupakan strategi mengorganisasikan sesuatu secara sistematis melalui proses mengurutkan, mengklasifikasi, dan menyusun. Siswa akan memilah-milah materi ataupun tugas yang ada menjadi bagian yang lebih sederhana seperti tingkat urgensinya ataupun tingkat kesulitannya, kemudian menyusun bagian-bagian tersebut secara berurut dan sistematis.

Spatial, merupakan suatu strategi untuk dapat menghubungkan macam-macam tugas ataupun permasalahan. Strategi ini sering menggunakan tabel ataupun peta konsep. Sehingga semua tugas atau permasalahan yang dihadapi akan digambarkan dalam tabel maupun sebuah peta konsep untuk menyelesaikannya.

Bridging, merupakan strategi yang menggunakan perumpamaan, ataupun analogi untuk memudahkan dalam memahami tugas ataupun permasalahan yang dihadapi. Strategi ini merupakan strategi pengandaian yang menggabungkan konsep baru dengan konsep yang sudah dipahami sebelumnya.

Multipurpose, merupakan strategi untuk berbagai tujuan seperti rehearsal, yaitu dengan mereview materi, bertanya, mengantisipasi pertanyaan dan materi. Setelah itu imagery, yaitu membuat pengandaian dengan suatu konsep dari tugas ataupun permasalahan yang dihadapi, hal ini juga merupakan proses visualisasi. Serta yang terakhir yaitu membuat singkatan, yang berguna untuk mempermudah mengingat sesuatu.

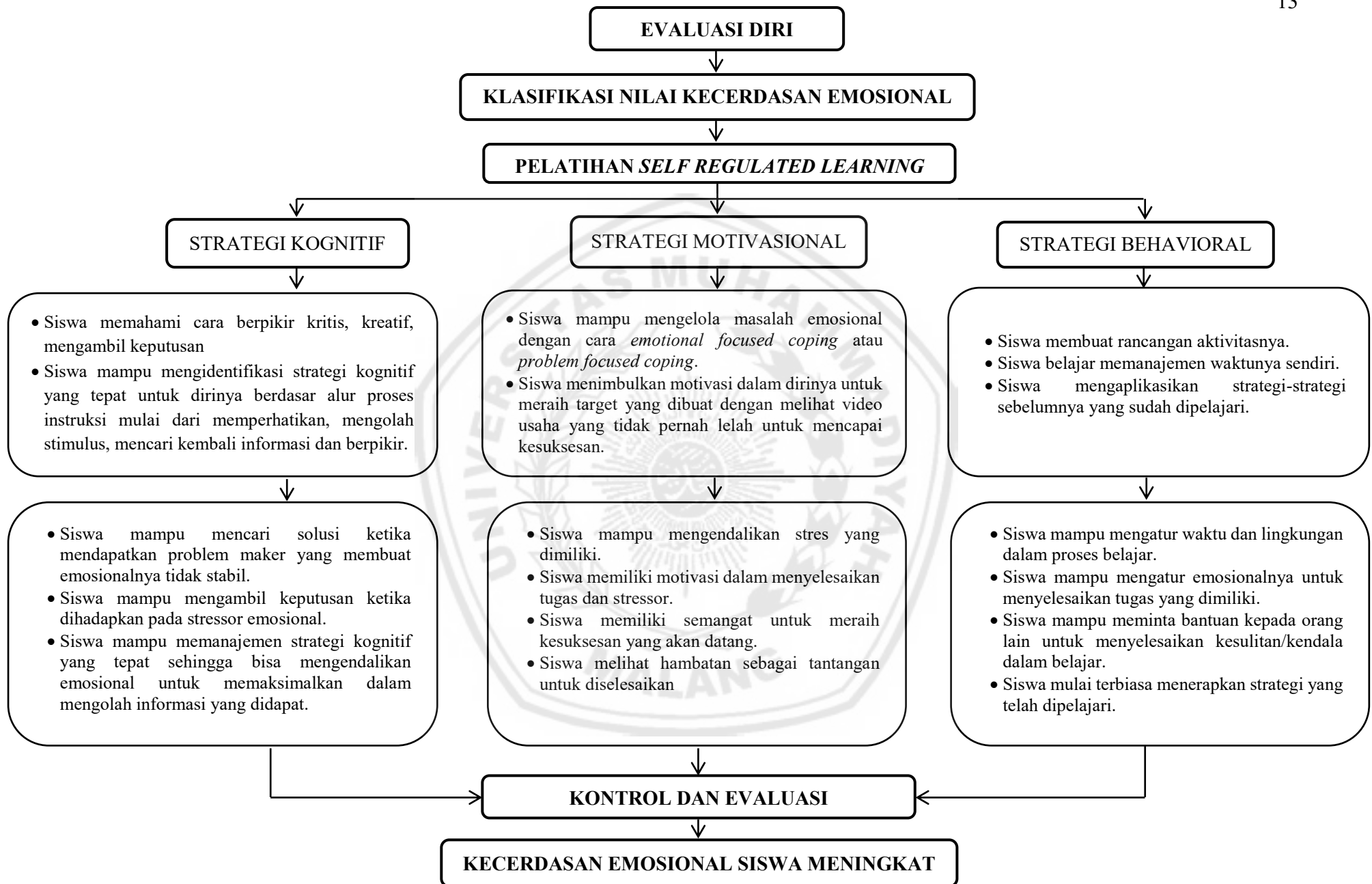
Pada strategi motivasional. Siswa akan dilatih untuk dapat mengendalikan stress yang dimiliki dan menciptakan motivasi dalam dirinya. Siswa akan melihat berbagai video yang dapat menimbulkan motivasi dalam dirinya. Selesai melakukan strategi ini siswa akan bersemangat untuk menyelesaikan tugas dan merencanakan kesuksesan dalam dirinya serta merasa tertantang jika mereka menemukan kesulitan.

Pada strategi behavioral. Siswa harus mampu mengendalikan perilakunya sendiri dan mengontrol lingkungannya. Pada tahap ini siswa akan mulai belajar manajemen waktu, usaha ataupun emosionalnya sendiri, selain itu siswa harus mampu mencari pertolongan atas dasar kemauannya sendiri untuk membantu mencari solusi terkait hambatan yang dimilikinya. Siswa akan diminta membuat sebuah perencanaan yang akan dilakukan dan hambatan apa saja yang dihadapi selama 2 minggu. Hal ini untuk memantau seberapa jauh siswa dapat mengendalikan dirinya. Pada strategi ini peneliti juga akan melakukan control terhadap subjek dan melakukan evaluasi secara berkala.

Setelah siswa telah melakukan semua strategi yang telah dipelajari maka peneliti dan siswa akan melakukan evaluasi. Tujuan dari evaluasi ini yaitu untuk mengetahui hambatan apa saja yang dihadapi oleh siswa serta bagaimana cara mereka menyelesaikannya. Dalam evaluasi ini siswa akan kembali mengisi skala kecerdasan emosi yang bertujuan untuk mencari data apakah kecerdasan emosi siswa mengalami peningkatan.

Harapan dari pemberian pelatihan ini yaitu kecerdasan emosional siswa akan meningkat. Hal ini sesuai dengan penelitian Kapadia (2013), mengemukakan jika terdapat hubungan positif yang kuat antara nilai *self regulated learning* dengan nilai kecerdasan emosional. Selain itu dalam penelitian Widiyaningsih (2014) menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan kecerdasan emosional antara kelompok siswa yang dibelajarkan dengan model *self regulated learning* dan kelompok siswa yang dibelajarkan dengan pembelajaran langsung

Dari beberapa penelitian dan kerangka berpikir diatas maka apakah terdapat pengaruh positif pemberian pelatihan *self regulated learning* untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa SMK ?



METODE PENELITIAN

Hipotesa

Terdapat pengaruh positif pemberian pelatihan *self regulated learning* untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa SMK.

Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Desain eksperimen yang digunakan yaitu *quasi-experimental design*. Penelitian ini tidak menggunakan kelompok pembanding atau grup control yang tidak diberikan perlakuan. Penelitian ini menggunakan satu kelompok yang diberikan perlakuan. Kelompok tersebut diberikan pretest terlebih dahulu, kemudian diberikan perlakuan dan selanjutnya diberikan posttest untuk membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan model *the one group pretest-posttest design*. Rancangan penelitian digambarkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Rancangan Penelitian

Y1	X	Y2
Pretest	Perlakuan	Posttest

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pelatihan *self regulated learning* sebagai perlakuan yang diberikan dengan tujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional pada siswa SMK. Pretest dan posttest yang digunakan yaitu skala kecerdasan emosional.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini yaitu siswa SMK dalam satu kelas. Subjek berjumlah sekitar 30 orang. Jumlah subjek mengikuti saran dari Fraenkel & Wallen (1993) yang menyatakan penelitian evaluasi pendidikan untuk eksperimental sebanyak 30 atau 15 per group. Pengambilan subjek ini menggunakan teknik *quota sampling*, karena menyesuaikan jumlah subjek menurut Fraenkel & Wallen.

Variable dan Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini, terdapat dua variabel yakni variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Adapun yang menjadi variabel bebas (X) yaitu pelatihan *self regulated learning* dan variabel terikat (Y) yaitu kecerdasan emosional.

Pelatihan *self regulated learning* yaitu pemberian perlakuan terhadap siswa, supaya siswa mampu mengontrol dan mengarahkan pikiran, perasaan serta perilaku untuk membuat perencanaan, kemudian menetapkan tujuan belajar yang ingin dicapai untuk mencapai kesuksesan. Kecerdasan emosi merupakan kemampuan seorang individu untuk menggunakan emosinya secara baik, yang ditandai dengan pengontrolan diri, pemahaman seberapa jauh emosi baik buruk dan apakah bermanfaat bagi dirinya dan orang lain dalam setiap tindakan maupun perbuatannya.

Pelatihan *self regulated learning* menggunakan tiga strategi, yaitu :1. Strategi kognitif, 2. Strategi Motivasional, 3. Strategi Behavioral. Sedangkan untuk mengukur kecerdasan emosional, peneliti menggunakan skala dari indikator yang dibuat Goleman. Berikut ini yaitu skala kecerdasan emosional siswa-siswi disusun dari 5 indikator utama, sesuai dengan teorinya Daniel Goleman, yaitu: 1. Mengenali emosi, 2. Mengelola emosi, 3. Memotivasi diri, 4. Mengenali emosi orang lain (berempati), 5. Membina hubungan yang baik dengan orang lain.

Model skala yang digunakan yaitu skala Likert, berisikan point yang menunjukkan nilai Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Item pernyataan terdiri dari item yang bersifat *Favorable* yang mendukung indikator variabel yang diungkap dan item-item *unfavorable* yang menunjukkan tidak mendukung dengan indikator yang diungkap.

Proses validasi alat ukur menggunakan metode *try out*. Skala ini diujikan sebanyak satu kali kepada beberapa subjek dengan kriteria penelitian, setelah itu dilakukan uji validasi item skala dan reliabilitas skala.

Tabel 2. Indeks Validitas dan Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional

Alat Ukur	Jumlah Item Diberikan	Jumlah Item Valid	Indeks Validitas	Alpha
Kecerdasan Emosi	40	30	0,306 – 0,879	0.873

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan 30 item yang valid dari 40 item yang diajukan, dengan tingkat validitas 0,306 – 0,879 dan nilai reliabilitas sebesar 0,873. Berdasarkan tabel Kecerdasan Emosi diatas dapat disimpulkan bahwa instrumen yang dipakai dalam penelitian ini reliabel jika dibandingkan dengan syarat *cronbach alpha* yaitu 0,60 atau 60% (Priyatno, 2011).

Uji validitas

Uji validitas adalah uji ketepatan alat ukur yang dipakai sebagai instrument penelitian. Alat ukur ini dikatakan memiliki korelasi yang baik jika memiliki nilai $\geq 0,3$ (Supranata, 2006). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini memiliki nilai validitas 0,306 – 0,879 dari 40 item yang diujikan dan 30 item memiliki nilai validitas diatas $\geq 0,3$.

Uji reliabilitas

Uji reliabilitas adalah uji untuk mengukur konsistensi alat ukur yang dipakai, sehingga alat ukur ini baik untuk dipakai atau tidak. Menurut Kaplan dan Saccuzo (dalam Supranata, 2006) koefisien reliabilitas 0,7 – 0,8 cukup tinggi untuk suatu penelitian dasar. Sedangkan alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0, 873 sehingga alat ukur yang digunakan dinyatakan memiliki nilai reliabilitas yang baik.

Prosedur dan Analisa data

Pelatihan ini terdiri dari 8 sesi dengan setiap sesinya berdurasi 60 menit. Dalam 1 minggu dilakukan dua sesi dengan jeda waktu berkisar 2-3 hari. Jeda waktu diberikan supaya subjek dapat menerapkan apa yang didapatkan pada setiap sesinya.

Tahapan penelitian yang akan dilakukan yaitu : 1. Pengenalan dan kontrak bersama subjek serta pemberian pretest, 2. Pemberian gambaran umum tentang *self regulated learning*, 3. Pelatihan strategi kognitif, 4. Pelatihan strategi regulasi motivasional, 5. Pelatihan strategi behavioral, 6. Control, 7. Evaluasi serta posttest.

Pada tahap pertama, peneliti bernegosiasi dengan guru BK dan waka kurikulum terkait subjek yang akan digunakan dalam penelitian. Setelah mendapatkan subjek dalam satu kelas, subjek diminta untuk mengisi form kesediaan mengikuti penelitian. Setelah semua subjek telah mengisi form kesediaannya, maka peneliti memberitahukan tujuan dari penelitian ini, sekaligus membangun raport dengan subjek.

Tahap kedua yaitu peneliti memberikan gambaran umum tentang *self regulated learning*. Peneliti memberikan materi dasar tentang *self regulated learning*, supaya subjek memiliki gambaran tentang intervensi *self regulated learning*. Dalam materi awal yang akan disampaikan yaitu tentang pengertian, model dan karakteristik *self regulated learning*.

Tahap ketiga yaitu peneliti memberikan pelatihan strategi kognitif. Penulis memberikan pelatihan kepada subjek tentang pemrosesan informasi yang berkaitan dengan jenis kegiatan kognitif dan metakognitif yang akan digunakan subjek untuk menyesuaikan dan merubah pemikirannya. Pelatihan ini meliputi metakognitif yang berupa : pemecahan masalah, pengambilan keputusan, berpikir kritis, berpikir kreatif. Selain metakognitif pelatihan ini juga meliputi jenis-jenis strategi kognitif yang meliputi : chunking, spatial, bridging, multipurpose.

Tahap keempat yaitu peneliti memberikan pelatihan strategi motivasional. Pada pelatihan ini subjek akan diminta untuk mampu memahami stressor yang dimiliki. Peneliti akan memberikan materi tentang 7 prosedur umum dalam pemecahan masalah. Untuk membuat subjek cepat memahami materi tersebut, sebelum diberikan materi, subjek diminta untuk menuliskan masalah yang dimiliki dalam diri subjek, keluarga, teman dan masa lalu subjek. Subjek akan diminta melakukan pemecahan masalah yang tertulis sesuai dengan prosedur umum pemecahan masalah dengan menggunakan *emotional focused coping* atau *problem focused coping*. Tahap selanjutnya, subjek akan melihat beberapa video, yang dapat membangkitkan motivasi subjek untuk meraih prestasi yang akan datang.

Tahap kelima yaitu peneliti memberikan pelatihan strategi behavioral. Peneliti akan mengarahkan subjek untuk membuat perencanaan aktivitas. Selain itu subjek akan membuat harapan-harapannya di masa yang akan datang. Selain itu, subjek akan diminta untuk belajar berkonsultasi kepada guru BK, dengan tujuan subjek dapat mencari bantuan ketika berada dalam masalah.

Tahap terakhir adalah control dan evaluasi. Pada tahap ini siswa akan mengisi skala post test dan siswa mulai secara mandiri mengaplikasikan pelatihan yang sudah diberikan.

Hasil pretest dan posttest akan dianalisa menggunakan SPSS dengan menggunakan analisis *paired sample t-test* yaitu uji beda sampel berpasangan. Sample berpasangan merupakan subjek yang sama namun mengalami perlakuan yang berbeda, artinya untuk mengetahui apakah ada pengaruh positif sebelum dan sesudah diberikannya pelatihan *self regulated learning* terhadap kecerdasan emosional. Setelah itu, peneliti membahas keseluruhan hasil analisa tersebut dengan data penunjang hasil observasi dan interview.

HASIL PENELITIAN

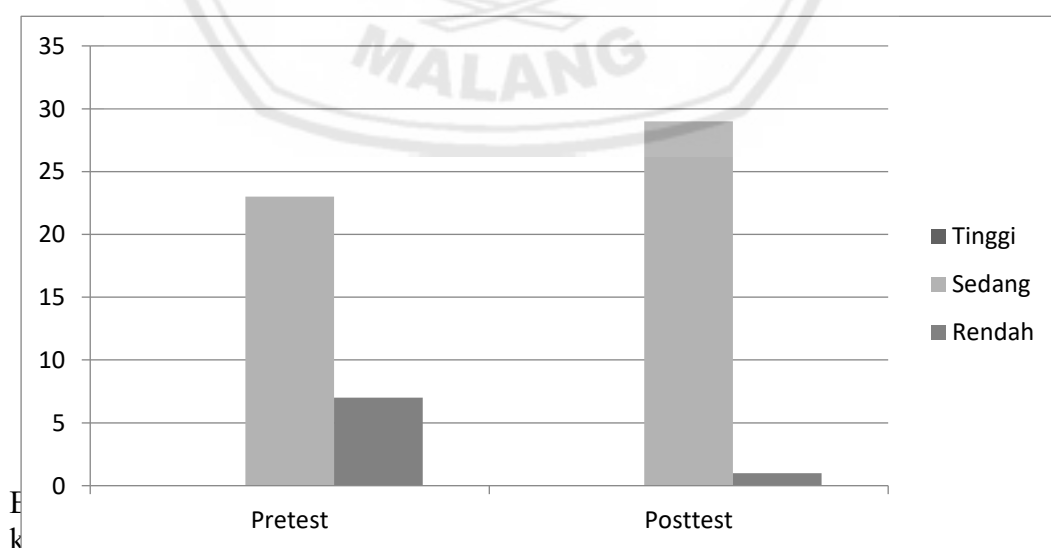
Setelah penelitian ini dilakukan diperoleh hasil yang akan dipaparkan dengan tabel-tabel sebagai berikut. Tabel pertama yang akan dibahas oleh peneliti adalah tabel nilai rata-rata hasil pretest dan posttest.

Tabel 3. Statistik Pretest dan Posttest

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	87.43	30	10.536	1.924
	Posttest	91.60	30	7.477	1.365

Berdasarkan tabel 3, terlihat bahwa jumlah subjek yang mengikuti penelitian ini adalah 30 orang. Dengan nilai rata-rata pretest adalah 87,43 dan nilai posttest 91,60. Berdasarkan data diatas dapat dilihat adanya perbedaan antara nilai pretest dengan posttest, nilai perbedaan diatas menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari pretest dengan posttest.

Tabel 4. Nilai Klasifikasi Kecerdasan Emosional



kecerdasan emosional sedang, sedangkan pada nilai posttest didapatkan siswa yang memiliki nilai kecerdasan emosional rendah sebanyak 1 siswa dan 29 lainnya

memiliki nilai kecerdasan emosional sedang. Sehingga secara umum dikatakan terdapat peningkatan siswa yang memiliki nilai kecerdasan emosional.

Peneliti kemudian melakukan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov. Uji ini bertujuan untuk menguji apakah data penelitian yang dilakukan memiliki distribusi yang normal atau tidak.

Tabel 5. Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
	Unstandardized Residual	
N		30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.45757093
Most Extreme Differences	Absolute	.077
	Positive	.077
	Negative	-.061
Kolmogorov-Smirnov Z		.423
Asymp. Sig. (2-tailed)		.994

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Data penelitian dikatakan memiliki distribusi yang normal atau baik, jika dalam uji normalitas data memiliki nilai signifikansi $\geq 0,05$. Apabila nilai signifikansi $\leq 0,05$ maka data penelitian memiliki distribusi yang tidak normal. Dalam tabel 5, didapatkan bahwa nilai signifikansi data penelitian sebesar 0,994, nilai ini lebih besar dari 0,05 sehingga data penelitian memiliki distribusi yang baik dan bisa digunakan.

Setelah melakukan uji normalitas data, peneliti melanjutkan analisa data dengan melakukan uji linearitas data. Pada uji ini, peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier secara signifikan atau tidak dari keadaan pretest dan posttest data penelitian.

Tabel 6. Uji Linieritas Data

ANOVA Table						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Pretest * Posttest	Between Groups	(Combined)	2969.617	18	164.979	7.266
		Linearity	2355.599	1	2355.599	103.750
		Deviation from Linearity	614.017	17	36.119	1.591
	Within Groups	249.750	11	22.705		.219
Total		3219.367	29			

Untuk mengetahui data penelitian memiliki hubungan linier yang signifikan atau tidak, peneliti menggunakan cara jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka kesimpulannya adalah terdapat hubungan linier secara signifikan antara variabel pretest dan posttest. Apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka tidak terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel pretest dan posttest. Berdasarkan data Tabel 6, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,219, nilai ini lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan jika data penelitian variabel pretest dan posttest memiliki hubungan linier yang signifikan.

Data penelitian yang telah memiliki nilai distribusi yang baik dan nilai hubungan linieritas yang baik, maka peneliti melanjutkan analisa data penelitian dengan menggunakan uji *paired sample t-test*, untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari nilai pretest dan posttest kecerdasan emosional siswa.

Tabel 7. Hasil Paired Sample T-Test

		Paired Samples Test					T	df	Sig. (2-tailed)
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest - Posttest	-4.167	5.670	1.035	-6.284	-2.050	-4.025	29	.000

Data penelitian memiliki pengaruh yang signifikan jika nilai probabilitas atau signifikansi $< 0,05$, apabila nilai probabilitas atau signifikansi $> 0,05$ maka data penelitian tidak memiliki pengaruh. Berdasarkan data pada Tabel 7, didapatkan nilai signifikansi (Sig) sebesar 0,000, nilai ini kurang dari 0,05. Maka dapat disimpulkan jika pemberian pelatihan *self regulated learning* dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa SMK secara signifikan.

DISKUSI

Hasil dari penelitian ini membuktikan jika pelatihan *self regulated learning* dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa SMK. Hal ini terlihat dari uji *paired samples T test* dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$) yang artinya H_0 diterima. Hal ini menunjukkan jika pelatihan *self regulated learning* efektif meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Hal ini mendukung hasil penelitian sebelumnya oleh Saraswati (2016) yang menyatakan terdapat hubungan positif antara *self regulated learning* dan kecerdasan emosional.

Temuan dalam penelitian juga menunjukkan jika salah faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah faktor internal yaitu subjek mampu mengenali maupun mengelola emosi secara baik. Hal ini didukung dengan pernyataan Agustian (2007) salah satu faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah faktor psikologis, faktor psikologis merupakan faktor yang berasal dari

dalam diri individu. Faktor internal ini akan membantu individu dalam mengelola, mengontrol, mengendalikan dan mengkoordinasikan keadaan emosi agar termanifestasi dalam perilaku secara efektif. Subjek yang memiliki *self regulated learning* yang baik akan terbiasa melakukan aktivitas yang lebih efektif dan memiliki target/tujuan yang jelas, serta mampu mengorganisir emosinya menjadi perilaku yang efektif, seperti mengenali dan mengelola emosinya ketika sedang berbicara dengan orang lain, sehingga dia mampu mengarahkan emosinya kearah yang efektif dan lebih baik. Sesuai dengan pendapat Mosoulides & Philippou (2005) individu dengan regulasi diri yang tinggi juga lebih banyak menggunakan strategi *planning*, *organizational*, dan *self-monitoring* daripada individu yang regulasi dirinya rendah.

Kecerdasan emosi juga berhubungan erat dan sangat signifikan dengan perilaku setiap individu dalam menguasai permasalahan yang terjadi dalam dirinya dan permasalahan yang terjadi dengan orang lain (Goleman, 2002). Berdasarkan data *self report* yang diperoleh dari subjek ketika dalam sesi pertama dan kedua. Subjek menyampaikan permasalahan-permasalahan yang dialaminya sebelum menerima pelatihan ini yaitu mudahnya kehilangan semangat ketika belajar, tidak memahami apa yang membuat mereka malas, tidak mampu mengerjakan tugas di rumah dengan maksimal, tidak mampu menyelesaikan masalah yang terjadi dengan temannya, kurang mampu manajemen waktunya karena banyaknya aktivitas di organisasi sekolah, tidak mampu mengendalikan perasaannya ketika sedang sedih sehingga terlalu lama larut dalam kesedihan, tidak mampu strategi belajar yang efektif buatnya, mengalami perbedaan pendapat tentang keinginan setelah lulus SMK dengan orang tua. Berdasarkan paparan dari *self report* tersebut menunjukkan jika sebelum diberikan pelatihan, subjek kurang mampu meregulasi dirinya yaitu pada aspek kognitif, motivasi dan behavioralnya. Setelah diberikan pelatihan *self regulated learning* mereka sedikit banyak mulai menemukan solusi dari permasalahan mereka sendiri. Sebagian subjek yang memiliki semangat belajar rendah, mencoba membuat target setelah lulus apa yang ingin dicapai sehingga subjek mulai memiliki motivasi dalam mengendalikan motivasinya. Subjek yang kurang mampu manajemen waktunya, berusaha membuat jadwal kegiatan prioritasnya supaya kegiatannya lebih efektif. Beberapa subjek yang merasa bingung terkait strategi belajar yang efektif untuknya, beberapa ada yang membuat strategi peta konsep. Subjek yang mengalami perbedaan pendapat dengan orang tua berusaha menyelesaikan masalahnya dengan cara *problem focused coping*, dengan membuat keinginan untuk berbicara dengan lebih baik terkait keinginan setelah lulus SMK dengan orang tuanya. Sebagian subjek yang merasa kurang mampu menyelesaikan masalah dengan temannya, berusaha untuk memahami kondisi emosional temannya dan berusaha mengendalikan emosionalnya supaya lebih baik. Penggunaan kedua strategi ini sangat efektif dalam menyelesaikan permasalahan atau stress siswa. Hal ini sesuai dengan penelitian Bakhtiar (2015) strategi *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping* efektif dalam meningkatkan pengelolaan stres siswa di SMA Negeri 1 Barru.

Berdasarkan hasil *self report* ketika subjek sedang melakukan proses metakognitif seperti subjek mengambil keputusan, dia menghadapi permasalahannya dengan cara *problem focused coping* atau *emotional focused coping* dengan lebih berusaha memahami serta mengendalikan emosinya dan memahami emosi lawan bicaranya.

Ketika subjek melakukan hal tersebut, secara tidak langsung subjek sudah mengembangkan kecerdasan emosionalnya, yaitu subjek berusaha mengenali dan mengelola emosional mereka supaya mampu mengambil tindakan yang lebih efektif, sesuai dengan pernyataan Lazarus & Folkman (dalam Nevid, 2003) strategi *coping* ini lebih berorientasi pada emosi yang merupakan usaha untuk meredakan atau mengelola stres emosional yang muncul ketika individu berinteraksi dengan lingkungan. Selain itu subjek juga telah berusaha memahami kondisi emosi lawan bicara seperti subjek berusaha berbicara lebih baik dengan orang tuanya terkait keinginan setelah lulus SMK. Tidak hanya hal tersebut, subjek yang berusaha membuat target atau tujuan setelah lulus SMK. Secara tidak langsung mereka juga berusaha membuat serta mengendalikan motivasi dalam dirinya, sehingga emosional subjek kembali meningkat. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan ketika subjek belajar meregulasi dirinya maka subjek juga harus mengembangkan kondisi emosional mereka.

Uraian diatas juga menunjukkan pentingnya kepercayaan diri dalam mengambil tindakan, menimbulkan motivasi dalam diri supaya dapat menyelesaikan target dengan baik serta perilaku atau usaha subjek dalam membuat dan mencapai target yang dibuat. Hal ini sesuai dengan pendapat Stone, Schunk & Swart (Cobb, 2003) yang menyatakan bahwa *self regulated learning* dipengaruhi oleh tiga faktor utama yaitu *self efficacy*, motivasi, dan tujuan dari individu. Meningkatkan kepercayaan diri dapat berfungsi untuk membuat subjek lebih bisa mengendalikan dan mengenali emosional dirinya serta berani dalam membina hubungan dengan orang lain secara lebih baik, dengan memahami kondisi emosional lawan bicaranya. Selain itu meningkatkan motivasi subjek juga akan memperkuat usaha subjek dalam mencapai target atau tujuan yang telah dibuat. Hal ini menunjukkan jika subjek memiliki *self regulated learning* yang baik maka kecerdasan emosionalpun juga akan menjadi lebih baik. Hal ini sesuai dengan penelitian Zarei (2016) bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dengan kecerdasan emosional siswa SMA di Bandar Abbas.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan nilai kecerdasan emosional siswa sebelum dan sesudah diberikan pelatihan *self regulated learning* terlihat dari nilai *mean* pretest sebesar 87,43 dan nilai posttest sebesar 91,60. Selain itu berdasarkan uji *paired sample t test*, nilai probabilitas penelitian sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$), hal ini menunjukkan jika penelitian ini memiliki pengaruh yang signifikan. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis (H_0) penelitian diterima yaitu, terdapat pengaruh positif pemberian pelatihan *self regulated learning* untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa SMK.

Implikasi dari penelitian ini meliputi bagi instansi sekolah, diharapkan bisa mempertimbangkan pentingnya pemberian *self regulated learning* ketika pemberian bimbingan klasikal karena memiliki pengaruh yang signifikan kepada siswa untuk mampu meregulasi perilaku dirinya menjadi lebih baik. Selain itu potensi kecerdasan emosional siswa juga cukup penting untuk diperhatikan, karena kesuksesan tidak hanya didapatkan dengan nilai akademik, akan tetapi kontrol

emosi juga dapat membentuk perilaku siswa. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian terkait pelatihan *self regulated learning* dengan kecerdasan emosional disarankan untuk menggunakan kelompok control, supaya lebih menjamin hasil validitas penelitian. Selain itu, untuk melakukan *follow up*, yaitu melakukan post test yang kedua setelah 2 minggu atau 1 bulan setelah post test yang pertama untuk mengetahui *long lasting effect* dari treatment yang dilakukan.



DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, A. G. (2007). *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*. Jakarta: ARGA Publishing.
- Atika Amelia. (2015). Upaya meningkatkan kecerdasan emosional melalui peer counseling pada siswa kelas x sma negeri 10 pontianak. *Jurnal pendidikan sekolah*, 2, (2), 121-130.
- Bahktiar M. I. (2015). Efektivitas strategi problem focused coping dan emotion focused coping dalam meningkatkan pengelolaan stress siswa di SMA N 1 Barru. *Jurnal ilmu pendidikan, psikologi, bimbingan dan konseling*, 5, (2), 71-82.
- Cobb, R.J., (2003). *The relationship between self-regulated learning behaviors and academic performance in web-based course*. Disertation, Virginia: Blacksburg.
- Drastiana D. (2016). *Hubungan antara kecerdasan emosi dengan pengambilan keputusan karir pada remaja*. Skripsi. Universitas muhammadiyah malang.
- Fadhilah S. S. (2016). A training model of self - regulated learning skills for increasing strong character and high intelligence. *Journal prosiding ICTTE FKIP UNS*, 1, (1), 736-739.
- Faroh Aufferul. (2016). *Pendapatan antara lulusan SMK dan SMA*. (Berita online 2016, 25 Agustus). Radar Pekalongan.com dari <http://radarpekalongan.com/40367/pendapatan-antara-lulusan-smk-dan-sma/> di akses 13 April 2017.
- Fasikhah S. S., Fatimah S. (2013). Self-regulated learning dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah psikologi terapan*, 1, (1), 145-155.
- Fraenkel, J. & Wallen, N. (1993). *How to design and evaluate research in education*. (2nd ed). New York : McGraw-Hill Inc. Source : <http://www.eurekapedidikan.com/2015/09/definisi-sampling-dan-teknik-sampling.html> Disalin dan Dipublikasikan melalui Eureka Pendidikan.
- Goleman, D. (2002). *Kecerdasan Emosional, Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ*. (Terjemahan : T. Hermaya). Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Heryanto. (2017). *10 siswa berprestasi ini dapat hadiah dari kemensos*. (Berita online 2017, 5 Maret). Beritabojonegoro.com dari <https://beritabojonegoro.com/read/10212-10-siswa-berprestasi-ini-dapat-hadiah-dari-kemensos.html>. Di akses pada 20 April 2017.
- Humaira Layyina. (2012). *Pelatihan kepemimpinan transformasional untuk meningkatkan persepsi perilaku kepemimpinan atasan dan motivasi kerja bawahan*. Tesis. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

- Kalapria C., Anuradha K. (2015). Emotional intelligence and academic achievement among adolescents. *International journal of advanced research in management and social sciences*, 4, (1), 11-17.
- Kapadia N. (2013). An investigation into emotional intelligence (e.q.) Of self – regulated learners (srl) among higher secondary students of gujarat state. *E-journal international multidiscipliner*, 2, (7), 7-15.
- Mousolides, N., & Philippou,G. (2005). *Student’ motivational beliefs, self-regulation learning strategies and matemathics achievement*. Conference of the International Group for the Psychologyof Matehematics Educ., 3, 321-328. <http://www.emis.de/proceedings/PMF29/PMF29RRPPapers/PM E29Vb13MousoulidesPhilippou.pdf>.
- Nevid. (2003). *Psikologi abnormal*. Edisi ke 5. Jakarta. Erlangga.
- Priliawito Eko. (2017). *Ombudsman temukan 10 kecurangan dalam ujian nasional*. (Berita online 2017, 4 April). Viva.co.id dari <http://nasional.news.viva.co.id/news/read/901540-ombudsman-temukan-10-kecurangan-dalam-ujian-nasional> di akses 13 April 2017.
- Priyatno, D. (2011). *Buku saku analisis statistik data SPSS*. Jakarta : PT. Buku Seru.
- Putri F. S. (2013). *Pengaruh kecerdasan emosional dan kepercayaan diri terhadap prestasi belajar mata pelajaran akuntansi kelas XI SMA N 3 Magelang*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Qur'an. (2010). *Qur'an tajwid dan terjemahan*. Jakarta: Magfirah Pustaka.
- Rumate Frans A. (2005). *Strategi kognitif dalam pembelajaran(pelatihan singkat penyusunan kontrak perkuliahan dan bahan ajar bagi staf pengajar ptn kawasan timur indonesia)*. Dirjen DIKTI bagian peningkatan kualitas SDM.
- Sahrani Riana. (2016). Intervensi pelatihan self regulated learning dalam mereduksi prokastinasi akademik siswa. *Jurnal psikologi pendidikan*, 7, (1), 20-36.
- Santrock, J. W. (2011). *Educational psychology (5th edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2012). *Life span development, Perkembangan masa hidup (13th edition, Jilid 1)*. Jakarta: Erlangga.
- Saraswati, Putri. (2016). Kontribusi self regulated learning dan kecerdasan emosional dalam konsentrasi belajar. *Jurnal psikologi perseptual*, Vol 1. No 2.
- Supranata. (2006). *Analisa validitas reliabilitas*. Bandung. Remaja.
- Widiyaningsih N. N. (2014). *Pengaruh model self regulated learning terhadap kemampuan pemecahan masalah dan kecerdasan emosional siswa SMA*. Thesis.Universitan Pendidikan Ganesha.

Zarei E. (2016). Examine the relationship between self regulation with emotional intelligence of high school student. *Turkish journal of psychology*. 31. 77.





LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Kecerdasan Emosional Sebelum *Try Out*.**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG****FAKULTAS PSIKOLOGI****Jl. Raya Tlogomas No. 246 Telp. 464318 GKB 1 Lantai 5****PENGANTAR**

Saya Arma Abdullah (NIM : 201310230311250) adalah mahasiswa semester VIII Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang sedang dalam penyelesaian tugas skripsi. Saya meminta bantuan Sdr/i untuk mengisi skala berikut. Saya mengharapkan kerjasama Sdr/i karena kesungguhan Sdr/i dalam menjawab merupakan hal yang penting dalam penentuan kualitas penelitian ini. Atas kerjasama dan perhatian Sdr/i, saya ucapkan banyak terima kasih.

Malang, 27 April 2017**ARMA ABDULLAH**

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini disajikan beberapa pernyataan mengenai diri Anda, diharapkan menyatakan sikap Anda terhadap pernyataan-pernyataan tersebut dengan cara memilih. Pilihan jawabannya adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Berikan tanda (√) pada kotak pilihan yang Anda anggap paling sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya pada diri Anda. Karena diharapkan jawaban sesuai dengan diri Anda sendiri, maka tidak ada jawaban yang dianggap salah dan Anda tidak perlu mencantumkan nama lengkap Anda.

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya bisa mengendalikan emosi saya ketika sedang ada masalah		√		

Nama (Inisial) :

Usia :

Jenis Kelamin :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tahu persis hal-hal yang menyebabkan saya malas belajar				
2	Saya tetap berusaha tersenyum ketika berada dalam masalah				
3	Saya mencari informasi ketika mengalami kesulitan dalam belajar				
4	Saya bisa mengerti keluhan teman saya				
5	Pada hari pertama masuk sekolah, saya dapat dengan cepat beradaptasi dengan lingkungan sekolah				
6	Saya tidak tahu apa yang membuat saya gugup				
7	Jika ada yang berkata negatif tentang cita-cita saya, saya menjadi jengkel sehingga ingin memukulnya				
8	Saya tidak mempunyai target dalam belajar				
9	Saya tidak peduli ketika teman sedang mengalami masalah				
10	Saya tidak disukai oleh teman saya karena jarang menyapa				
11	Saya menyadari jika sedang sedih				
12	Saya meluapkan kegembiraan saya dengan cara bersyukur dan berdoa				
13	Saya memiliki target dalam belajar				
14	Saya merasa senang ketika melihat teman saya bahagia walaupun saya sedang sedih				
15	Saya biasanya menyapa bapak ibu guru bila bertemu dengan mereka				
16	Saya sering tidak menyadari ketika sedang marah kepada orang lain.				
17	Saya mudah marah jika ada masalah				
18	Saya tidak memiliki cita-cita untuk masa depan saya				
19	Saya sulit memahami perasaan orang lain				
20	Saya hanya berteman dengan teman yang satu pemikiran dengan saya				
21	Saya mengetahui apa yang membuat saya bahagia				
22	Saya menahan kepuasan pribadi demi suatu yang lebih besar				
23	Saya menyadari kekurangan saya di sekolah dan berusaha mengimbanginya dengan belajar lebih giat				

24	Saya bisa memahami kesedihan teman saya				
25	Saya mudah bergaul dengan teman yang bukan sekelas				
26	Saya sering tidak tahu, mengapa saya sedih				
27	Saya sering menangis sehari-hari jika ada masalah				
28	Saya tidak memiliki alasan untuk percaya diri meraih prestasi dalam kelas				
29	Saya merasa tidak sedih ketika melihat berita bencana di TV				
30	Saya kesulitan memperkenalkan diri kepada orang yang baru saya temui.				
31	Saya memahami apa yang membuat saya sedih				
32	Saya dapat menerima bila keinginan saya tidak terpenuhi				
33	Saya bertekad mencapai cita-cita yang sudah saya tetapkan				
34	Meskipun saya sedih, saya bisa memahami kegembiraan teman saya				
35	Saya mudah membuat teman baru dalam berbagai lingkungan				
36	Saya tidak mengetahui apa yang membuat malas belajar				
37	Ketika saya bahagia, saya sampai melompat-lompat				
38	Saya merasa biasa saja ketika mendapatkan nilai rendah				
39	Saya merasa jenuh mendengar keluhan teman saya				
40	Saya sulit mempertahankan hubungan pertemanan jika sedang dalam masalah.				

Lampiran 2. Skala Kecerdasan Emosional Setelah *Try Out*.**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG****FAKULTAS PSIKOLOGI****Jl. Raya Tlogomas No. 246 Telp. 464318 GKB 1 Lantai 5****PENGANTAR**

Saya Arma Abdullah (NIM : 201310230311250) adalah mahasiswa semester VIII Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang sedang dalam penyelesaian tugas skripsi. Saya meminta bantuan Sdr/i untuk mengisi skala berikut. Saya mengharapkan kerjasama Sdr/i karena kesungguhan Sdr/i dalam menjawab merupakan hal yang penting dalam penentuan kualitas penelitian ini. Atas kerjasama dan perhatian Sdr/i, saya ucapkan banyak terima kasih.

Malang, 27 April 2017**ARMA ABDULLAH**

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini disajikan beberapa pernyataan mengenai diri Anda, diharapkan menyatakan sikap Anda terhadap pernyataan-pernyataan tersebut dengan cara memilih. Pilihan jawabannya adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Berikan tanda (√) pada kotak pilihan yang Anda anggap paling sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya pada diri Anda. Karena diharapkan jawaban sesuai dengan diri Anda sendiri, maka tidak ada jawaban yang dianggap salah dan Anda tidak perlu mencantumkan nama lengkap Anda.

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya bisa mengendalikan emosi saya ketika sedang ada masalah		√		

Nama (Inisial) :

Usia :

Jenis Kelamin :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tetap berusaha tersenyum ketika berada dalam masalah				
2	Saya mencari informasi ketika mengalami kesulitan dalam belajar				
3	Saya bisa mengerti keluhan kesah teman saya				
4	Pada hari pertama masuk sekolah, saya dapat dengan cepat beradaptasi dengan lingkungan sekolah				
5	Jika ada yang berkata negatif tentang cita-cita saya, saya menjadi jengkel sehingga ingin memukulnya				
6	Saya tidak mempunyai target dalam belajar				
7	Saya tidak disukai oleh teman saya karena jarang menyapa				
8	Saya menyadari jika sedang sedih				
9	Saya meluapkan kegembiraan saya dengan cara bersyukur dan berdoa				
10	Saya memiliki target dalam belajar				
11	Saya biasanya menyapa bapak ibu guru bila bertemu dengan mereka				
12	Saya mudah marah jika ada masalah				
13	Saya tidak memiliki cita-cita untuk masa depan saya				
14	Saya hanya berteman dengan teman yang satu pemikiran dengan saya				
15	Saya mengetahui apa yang membuat saya bahagia				
16	Saya menahan kepuasan pribadi demi suatu yang lebih besar				
17	Saya menyadari kekurangan saya di sekolah dan berusaha mengimbangnya dengan belajar lebih giat				
18	Saya bisa memahami kesedihan teman saya				
19	Saya sering tidak tahu, mengapa saya sedih				
20	Saya tidak memiliki alasan untuk percaya diri meraih prestasi dalam kelas				
21	Saya merasa tidak sedih ketika melihat berita bencana di TV				
22	Saya kesulitan memperkenalkan diri kepada orang yang baru saya temui.				
23	Saya memahami apa yang membuat saya sedih				

24	Saya bertekad mencapai cita-cita yang sudah saya tetapkan				
25	Meskipun saya sedih, saya bisa memahami kegembiraan teman saya				
26	Saya mudah membuat teman baru dalam berbagai lingkungan				
27	Saya tidak mengetahui apa yang membuat malas belajar				
28	Ketika saya bahagia, saya sampai melompat-lompat				
29	Saya merasa biasa saja ketika mendapatkan nilai rendah				
30	Saya merasa jenuh mendengar keluhan kesah teman saya				



Lampiran 3. Validitas Dan Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional

Tabel 8. Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosional

No	Aspek	Item Valid	Item Tdk Valid	Indeks Validitas
1	Mengenali emosi	11, 21, 26, 31, 36	1, 6, 16	0,306 – 0,879
2	Mengelola emosi	2, 7, 12, 17, 22, 37	27, 32	
3	Memotivasi diri	3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38		
4	Mengenali emosi orang lain	4, 24, 29, 34, 39	9, 14, 19	
5	Membina hubungan baik	5, 10, 15, 20, 30, 35	25, 40	
	Jumlah	30	10	

Berdasarkan hasil uji validitas pada skala kecerdasan emosional yang berjumlah 40 item, diperoleh 30 item valid dan 10 item tidak valid. Item valid memiliki nilai validitas > 0,3.

Tabel 9. Data Validitas Item

Item-Total Statistics					
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	113.07	143.924	-.055	.	.876
item_2	113.53	133.552	.581	.	.866
item_3	113.33	131.238	.567	.	.866
item_4	113.33	138.524	.442	.	.870
item_5	113.47	132.410	.521	.	.867
item_6	113.80	145.171	-.118	.	.880
item_7	113.13	131.838	.515	.	.867
item_8	113.33	128.952	.879	.	.860
item_9	112.80	142.029	.069	.	.875
item_10	113.47	133.124	.437	.	.869
item_11	113.20	135.171	.578	.	.867
item_12	113.07	133.067	.550	.	.866
item_13	113.47	136.695	.401	.	.870
item_14	113.00	143.286	.000	.	.875
item_15	113.20	137.457	.336	.	.871

item_16	113.80	142.886	.013	.	.876
item_17	113.60	134.686	.493	.	.868
item_18	112.87	130.267	.664	.	.864
item_19	114.00	140.143	.213	.	.873
item_20	113.20	137.886	.377	.	.870
item_21	113.00	135.714	.384	.	.870
item_22	113.27	137.210	.382	.	.870
item_23	113.60	138.114	.448	.	.870
item_24	113.53	139.124	.385	.	.870
item_25	113.53	143.410	-.036	.	.880
item_26	113.73	136.781	.421	.	.869
item_27	112.67	137.095	.261	.	.873
item_28	113.47	133.981	.497	.	.867
item_29	113.13	137.552	.309	.	.871
item_30	113.33	135.524	.456	.	.869
item_31	113.40	136.686	.360	.	.870
item_32	113.33	143.667	-.040	.	.877
item_33	113.40	130.686	.635	.	.864
item_34	113.33	135.952	.429	.	.869
item_35	113.60	136.971	.306	.	.871
item_36	113.40	137.829	.350	.	.871
item_37	113.47	133.267	.430	.	.869
item_38	113.73	131.210	.546	.	.866
item_39	113.33	135.667	.541	.	.868
item_40	113.47	145.410	-.165	.	.878

Tabel 10. Blue Print Skala Kecerdasan Emosional Setelah Try Out

No	Aspek	Favorabel	Unfavorabel	Total
1	Mengenali emosi	8, 15, 23	19, 27	5
2	Mengelola emosi	1, 9, 16	5, 12, 28	6
3	Memotivasi diri	2, 10, 17, 24	6, 13, 20, 29	8
4	Mengenali emosi orang lain	3, 18, 25	21, 30	5
5	Membina hubungan baik	4, 11, 26	7, 14, 22	6
	Jumlah	16	14	30

Tabel 11. Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional

No	Variabel	Cronbach Alpha	Keterangan
1.	Kecerdasan Emosi	0,873	Reliabilitas

Lampiran 4. Data Kasar Skala Kecerdasan Emosional

Tabel 11. Data Pretest

Nama	Age	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Sum
M.A.N.F	18	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	2	3	4	4	2	3	4	4	1	4	3	3	2	3	4	3	98
N.A	17	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	1	4	4	4	3	4	3	1	2	4	3	3	3	4	2	4	3	4	2	93
P.I.N	17	4	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	91
P.I.S	16	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	2	4	4	3	2	4	3	4	2	4	3	3	2	1	4	4	98
P.E.S	18	4	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	4	4	1	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	96
N.W	16	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	86
M.S.W	17	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3	1	3	3	3	3	4	4	4	1	2	2	1	1	2	4	3	89
O.A.W	18	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	3	4	2	3	2	3	2	3	3	4	2	2	2	3	83
N.S	17	1	4	2	3	1	4	3	4	2	3	3	2	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	83
N.R.W	17	2	3	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	3	1	1	3	4	4	2	1	4	2	1	2	2	1	1	3	4	2	66
P	17	4	4	4	2	4	3	3	4	4	3	4	2	4	4	2	4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	95
N.R	17	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	1	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	2	2	3	3	90
N.M.A	17	4	3	4	3	4	3	4	2	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	1	1	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	96
N.N.P	17	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	2	4	4	2	4	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	82
M.D.A	17	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	1	2	2	4	3	2	3	3	1	2	3	1	1	3	2	3	73
P.P.S	17	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	3	4	2	4	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	103
N.S	17	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	85
N.L.S.A	17	1	3	2	3	1	4	3	4	3	2	3	1	4	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	74
M.W	17	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	2	3	3	4	3	95
P.M	17	1	3	3	3	1	4	3	4	3	2	3	1	4	4	2	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	4	85
P.R	17	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	1	2	3	3	77
M.D.S	17	1	4	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	3	3	78
N.A	18	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	1	2	3	3	76

N.S	18	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	1	4	4	3	3	3	3	1	4	4	4	2	4	3	4	100
R.A	17	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	1	4	4	3	2	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	96
P.K.M	17	2	4	3	2	2	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	3	4	3	3	88
O.R.M.P	17	2	1	2	3	2	3	2	4	2	1	3	1	1	3	1	2	1	4	4	1	1	3	1	3	3	3	1	1	1	3	63
N.H	17	4	4	3	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	106
N.S	17	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	4	90
N.F	16	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	4	1	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	1	2	4	3	88

Tabel 11. Data Posttest

Nama	Age	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Sum
M.A.N.F	18	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	3	1	2	4	3	96
N.A	17	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	2	1	4	4	3	97
P.I.N	17	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	3	100
P.I.S	16	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	2	4	3	3	4	1	4	4	103
P.E.S	18	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	2	4	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	4	3	3	95
N.W	16	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	90
M.S.W	17	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2	4	3	100
O.A.W	18	3	4	3	3	3	2	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3	89
N.S	17	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	2	4	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	2	3	1	3	4	3	90
N.R.W	17	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	1	2	4	4	3	3	1	4	1	2	2	2	1	2	4	4	2	72
P	17	2	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	98
N.R	17	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	2	3	3	97
N.M.A	17	3	3	2	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	1	4	4	3	1	1	4	3	2	3	3	3	2	2	4	3	88
N.N.P	17	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	2	3	3	89

M.D.A	17	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	83
P.P.S	17	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	3	3	2	4	4	2	4	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	99
N.S	17	4	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	3	88
N.L.S.A	17	4	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	4	4	4	2	3	3	3	2	2	2	4	3	2	3	2	1	2	2	83
M.W	17	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	4	3	94
P.M	17	3	3	2	3	1	3	3	4	3	2	3	2	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	88
P.R	17	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	88
M.D.S	17	2	4	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	82
N.A	18	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	4	84
N.S	18	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	3	4	102
R.A	17	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	92
P.K.M	17	2	4	3	2	2	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	2	2	2	4	3	3	86
O.R.M.P	17	4	2	4	2	2	2	2	4	2	2	3	1	1	3	4	2	2	3	4	2	2	4	4	3	3	3	4	2	2	3	81
N.H	17	3	4	3	2	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	102
N.S	17	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	94
N.F	16	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	1	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	3	98

Lampiran 5. Surat Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 2 TUBAN
Jl. Prof. Moh. Yamin, SH No. 106 Telp. (0356) 321255, Fax. 331862 E-mail : smk2tbn@yahoo.com
TUBAN 62317

Nomor : 070/422/101.6.21.22/2017
Lampiran : -
Perihal : Balasan Ijin Observasi

Kepada
Yth. Dekan
Universitas Muhammadiyah Malang (UMM)
di -
TEMPAT

Menindak lanjuti surat dari Universitas Muhammadiyah Malang (UMM) sesuai pada pokok surat, maka Kepala SMK Negeri 2 Tuban memberikan ijin kepada :

Nama : **ARMA ABDULLAH**
NIM : 201310230311250
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
Program Studi / Jurusan : S1 - Psikologi

Untuk melakukan Penelitian Skripsi dengan judul "*Pelatihan Self Regulated Learning untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SMK*".

Demikian surat balasan ijin observasi / penelitian skripsi ini dibuat untuk diketahui dan dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tuban, 8 Agustus 2017
Kepala SMK Negeri 2 Tuban,



Drs. MUJONO, M.Pd.
Guru Mata Pelajaran Tk. I

NIP. 19630715 198803 1 019



No: 463428QM08



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 2 TUBAN

Jl. Prof. Moh. Yamin, SH No. 106 Telp. (0356) 321255, Fax. 331862 E-mail : smk2tbn@yahoo.com
TUBAN 62317

SURAT KETERANGAN

Nomor : 070/599/101.6.21.22/2017

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 2 Tuban :

Nama : **Drs. MUJIONO, M.Pd.**
NIP : 19630715 198803 2 019
Pangkat / Gol. : Pembina Tk. I, IV/b
Jabatan : Kepala SMK Negeri 2 Tuban

Menerangkan bahwa :

Nama : **ARMA ABDULLAH**
NIM : 201310230311250
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
Program Studi / Jurusan : S1 - Psikologi

Telah selesai melaksanakan Penelitian Skripsi dengan judul *Pelatihan Self Regulated Learning untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SMK* pada tanggal 15 Agustus s/d 18 September 2017.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk diketahui dan dipergunakan sebagaimana mestinya.



No: 463428QM08



Tuban, 16 Oktober 2017
Kepala SMK Negeri 2 Tuban,

Drs. MUJIONO, M.Pd.

Pembina Tk. I

NIP. 19630715 198803 1 019